



DJK SC Schwarzweiß Flörsheim Abteilung Volleyball
Konzept zur Umsetzung der Hygienegebote und
Kontaktbeschränkungen zur Wiederaufnahme
des Trainingsbetriebs Hallenvolleyball
Stand 31.05.2021

Regeln für den Trainingsbetrieb

1. Aufklärung und Informations- und Dokumentationspflicht

- Die Teilnahme am Training ist freiwillig, die Entscheidung dazu liegt in der Eigenverantwortung der Teilnehmer.
- Alle Teilnehmer bestätigen **vor dem 1.Trainingsbeginn** die Kenntnis der vorliegenden Empfehlungen durch ein schriftliches Abzeichnen. Mit der Unterschrift stimmt jeder zu, dass die für die Nachvollziehbarkeit der Infektionskette erfassten Daten, wie die Selbstverpflichtungserklärung mit den Kontaktdaten sowie die Teilnahmeliste am Training für 1 Monat beim Abteilungsleiter aufbewahrt werden.
- Anwesenheitslisten zur Nachverfolgung von Infektionsketten werden jede Trainingsstunde geführt.
- Im Corona-Krankheitsfall eines Teilnehmenden werden die Daten aus der Anmeldung auf Anfrage an das Gesundheitsamt übermittelt.

2. Nur wer gesund ist, darf am Training teilnehmen

- Zum Training sind nur Teilnehmende zugelassen, die frei von jeglichen Krankheitssymptomen sind.
- Der Verantwortliche des Trainingsbetriebes behält sich vor gegebenenfalls Teilnehmende wieder nach Hause zu schicken, sollten Krankheitssymptome auftreten.
- Personen, bei denen COVID-19 oder eine Virusmutation diagnostiziert wurde, dürfen frühestens nach 14 Tagen (nach der behördlich angeordneten Quarantäne) und mit ärztlichem Attest wieder am Training teilnehmen.
- Ebenso von der Teilnahme der Übungsstunden ausgeschlossen sind Personen, die Kontakt zu COVID-19-Fällen in den letzten 14 Tagen hatten.
- Angehörige der Risikogruppe können auf eigenes Risiko mittrainieren.

3. Distanzregeln

- Für Mannschaftssport gibt es keine Personenzahlbegrenzung. **Hier wird ein Negativnachweis empfohlen.**
- Abstand zwischen den Sporttreibenden trägt dazu bei, die Übertragungswahrscheinlichkeit von Viren deutlich zu reduzieren.
- Nach Möglichkeit sind feste Mannschaften zu bilden und nicht von Training zu Training zu durchmischen.
- Der Zutritt zum Trainingsort sollte unter Einhaltung der gesetzlichen 1,5m Abstandsregelung und unter Vermeidung von Warteschlangen erfolgen.
- Keine Grüppchenbildung vor oder nach der Trainingsstunde in den Ein- und Ausgangsbereichen.

- In geschlossenen Räumen und Sportstätten ist für eine ausreichende Belüftung mit Außenluft zu sorgen.
- Außerhalb des Trainings, insbesondere beim Betreten und Verlassen der Sportstätte besteht in geschlossenen Räumen Maskenpflicht (FFP2-Maske oder medizinische Schutzmaske)
- Wo möglich wird ein separater Ein- und Ausgang genutzt um „Stau“ zu vermeiden.
- Zuschauer und Begleitpersonen während der Trainingsstunde sind weiterhin nicht zugelassen.

4. Körperkontakte werden auf das Minimum reduziert

- Sport und Bewegung sollten **kontaktfrei** durchgeführt werden. Gewohnte Rituale wie Begrüßungen, „Abklatschen“ oder Verabschiedungen müssen ohne Berührungen erfolgen.
- Der Abstand am Netz sollte immer gewahrt werden. Empfohlen werden Spiel- und Trainingsformen ohne Block und Angriff zeitgleich am Netz. Dies ermöglicht die bestmögliche Einhaltung der Abstandsregeln.
- Körperkontakt ist im Volleyballsport nicht notwendig und muss vermieden werden (im Training und Spiel sind sämtliche kontaktförderlichen Situationen zu vermeiden).
- Sportler mit ihrer jeweiligen Sporttasche/Ausrüstung positionieren sich mit jeweils entsprechenden räumlichen Abständen zueinander (Trinkpause, usw.); jeder Sportler hat eine eigene Trinkflasche.

5. Persönliche Hygieneregeln einhalten

- Waschen Sie Ihre Hände häufig und mindestens dreißig Sekunden lang mit Seife und heißem Wasser. Berühren Sie Ihr Gesicht nicht mit den Händen.
- Korrekte Nies- und Hustenetikette ist einzuhalten
- konsequente Einhaltung der Hygiene- und Desinfektionsmaßnahmen, **insbesondere bei der gemeinsamen** Nutzung von Sportgeräten
- Umkleiden bleiben weiterhin geschlossen, bitte kommen Sie in Trainingsbekleidung und nutzen Sie den durch den Verantwortlichen ausgewiesenen Ablagebereich (auch hier sollte Abstand zueinander gehalten werden)
- Toiletten sind nach der Benutzung vom Benutzer zu reinigen und danach die Hände zu waschen. Desinfektionsmittel und Seife stehen bereit. Ein eigenes Handtuch ist mitzubringen.

6. Corona-Erkrankung - Bei eigener Erkrankung/ Erkrankung eines Angehörigen im eigenen Hausstand/ einer Kontaktperson/ Erkrankung Kursteilnehmenden

- Setzen Sie bei eigener Erkrankung in jedem Fall sofort den Übungsleitenden/Abteilungsleitenden/Vorstand in Kenntnis, sollte eine Corona-Erkrankung bei Ihnen festgestellt werden und sie in den letzten 14 Tagen eine Trainingsstunde bei uns besucht haben.
- Bei eigener Erkrankung und Erkrankung eines Angehörigen des eigenen Hausstands in den letzten 14 Tagen ist die Teilnahme am Training untersagt. Trainiert werden darf erst wieder, wenn das zuständige Gesundheitsamt die Quarantäne-Zeit offiziell für beendet erklärt. Ein entsprechender Nachweis muss dem Übungsleitenden und/oder Abteilungsleitenden vorgelegt werden.
- Bei Erkrankung einer Kontaktperson außerhalb der Familie in den letzten 14 Tagen ist die Teilnahme am Training ebenfalls untersagt. Wenn sie Kontaktperson der Kategorie 1 sind, ist die vorgegebene Quarantäne-Zeit des zuständigen Gesundheitsamts einzuhalten; ein entsprechender Nachweis muss auch hier bei Quarantäne-Beendigung vorgelegt werden.
- Bei Erkrankung eines Kursteilnehmenden behält sich die Abteilungsleitung vor nach Absprache mit dem Vorstand die entsprechende Gruppe bzw. Mannschaft 14 Tage vom Training auszuschließen.

7. Urlaubsregelung

- Bei Rückkehr nach Aufhalten in inländischen und ausländischen Gebieten gelten die dann aktuellen gesetzlichen Bestimmungen der Quarantäne- und Testverpflichtungen für Trainingsteilnehmende. Eine Vorlage des entsprechenden Nachweises ist obligatorisch.

8. Schlussbestimmungen

- Jede einzelne Lockerung nach dem Corona-Lockdown bedeutet mehr Freiheit. Mehr Freiheit bedeutet aber auch mehr Verantwortung für jeden Einzelnen von uns. Denn noch immer gilt, die Corona-Pandemie ist leider noch nicht vorüber.
- Der Vorstand behält sich vor, Teilnehmende bei Nicht-Beachtung der Regeln vom Trainingsbetrieb auszuschließen.
- Eine Aktualisierung der Regelungen erfolgt, sobald eine Regel- oder Empfehlungsänderung der Sportverbände, Landes- und/oder Bundesregierung oder aber der Kommune in Kraft tritt und die obigen Punkte verschärft. Jede Aktualisierung wird auf der Homepage der DJK Flörsheim veröffentlicht.
- Mit Teilnahme am Volleyballtraining erkennen alle aktiven Volleyballer die obigen Regelungen mit Stand vom 31.05.2021 an. Bei Aktualisierung werden die Sportler informiert.

Flörsheim, den 31.05.2021

DJK SC Schwarzweiß Flörsheim 1924 e.V.
gez. Brigitte Schader
Abteilungsleitung Volleyball